

**A INFLUÊNCIA DA RELIGIÃO NA ALIMENTAÇÃO NAS
COMUNIDADES CATÓLICA E ADVENTISTA DO SÉTIMO DIA EM
CABO VERDE:**

Um Estudo Exploratório

**THE INFLUENCE OF RELIGION ON FOOD PRACTICES TOWARDS
CATHOLIC AND SEVENTH-DAY ADVENTISTS COMMUNITIES IN
CAPE VERDE:**

An Exploratory Study

**L'INFLUENCE DE LA RELIGION DANS LE CHOIX ALIMENTAIRE
DES COMMUNAUTÉS CATHOLIQUE ET ADVENTISTE DU
SEPTIÈME JOUR AU CAP-VERT :**

Une Étude Exploratoire

Daniel António Tavares Varela Semedo

Mestrado em Ciências do Consumo Alimentar, Universidade Aberta, Porto, Portugal - mate8ano@gmail.com

Emília Leitão

Mestrado em Ciências do Consumo Alimentar, Universidade Aberta, Porto, Portugal - emiliacleitao@gmail.com

Ana Pinto de Moura

Universidade Aberta/Centro de Investigação em Produção Agroalimentar Sustentável-GreenUPorto, Porto,
Portugal - apmoura@uab.pt

Recebido em: 16/10/2020

Aceito para publicação: 07/11/2020

Resumo

A cultura é considerada um determinante na escolha alimentar. Neste contexto, a religião, enquanto determinante cultural, influencia a aceitação e a escolha dos alimentos. A presente investigação visa avaliar de que modo a religião influencia a alimentação, nomeadamente junto de comunidades católicas e adventistas do sétimo dia, em Cabo Verde. Para o efeito, utilizou-se uma metodologia qualitativa, recorrendo-se a entrevistas semiestruturadas. Através da análise dos relatos discursivos aos 30 participantes, mediante a categorização dos mesmos, identificaram-se duas grandes categorias de análise: i) Relação do participante com a religião e ii) Influência da religião na alimentação. Verificou-se que os participantes adventistas do sétimo dia estão mais envolvidos com a religião, do que os participantes católicos. Por outro lado, verificou-se que para os adventistas do sétimo dia, a religião influencia diariamente as escolhas alimentares, quer na compra quer no consumo alimentares, enquanto que essa influência faz-se notar nos católicos principalmente em momentos pontuais: Quarta-feira de Cinzas e nas Sextas-feiras que precedem a Páscoa. Finalmente, os adventistas do sétimo dia destacam que a prática da sua religião trás benefícios para a sua saúde e bem-estar, contrapondo com os católicos que não identificaram benefícios diretos para a saúde pelo facto de praticarem esta religião.

Palavras-chave: Alimentação, Adventistas, Católicos, Cultura, Qualitativo.

Abstract

Culture is one determinant of the food choice. In this context, religion, as a cultural determinant, shapes the acceptance and choice of food. This research aims to assess how religion influences food practices, particularly

among Catholic and Seventh-day Adventist communities in Cape Verde. For this, a qualitative study using face-to-face interviews was conducted with 30 participants: 15 Catholics and 15 Seventh-day Adventists. Following the categorization of the participants' extracts, it was possible to identify two main categories: i) the relationship of the participant with his religion, and ii) the influence of religion on eating choices. It was found that the Seventh-day Adventists participants were more committed with their religion than Catholics. On the other hand, it was found that the religion influences the Adventists daily eating choices in terms of purchasing and consumption. For the Catholics this influence occurs particularly on special dates such as the Ash Wednesday and the Fridays before Easter. The Adventists reported that the practice of their religion brings some benefits for their health and wellbeing. On the contrary, Catholics did not identify direct benefits in practicing their religion in terms of health, although they noted that their religion contributes to their well-being.

Key words: Catholics, Culture, Food, Qualitative, Seventh-day Adventists.

Résumé

La culture est considérée comme un déterminant dans le choix des aliments. Dans ce contexte, la religion, en tant que déterminant culturel, influence les choix alimentaires. Cette recherche vise à évaluer comment la religion influence le choix de la nourriture, en particulier parmi les communautés catholiques et adventistes du septième jour au Cap-Vert. Pour cela, une méthodologie qualitative a été construite, utilisant des entretiens semi-structurés. À travers l'analyse des rapports, catégorisant les discours aux 30 participants, deux grandes catégories d'analyse ont été identifiées : i) Le rapport du participant avec la religion et ii) L'influence de la religion sur les choix alimentaires. Les participants adventistes du septième jour se sont avérés plus impliqués dans la religion que les participants catholiques. D'un autre côté, il a été constaté que pour les adventistes du septième jour, la religion influence les choix alimentaires au quotidien, que ce soit dans l'achat ou la consommation de nourriture, alors que cette influence est uniquement perceptible chez les catholiques à certains moments : le Mercredi des Cendres et le Vendredi Saint qui précèdent Pâques. Enfin, les adventistes du septième jour soulignent que la pratique de leur religion apporte des avantages pour leur santé et leur bien-être, contrairement aux catholiques qui n'ont pas identifié les avantages directs de la pratique de la religion sur leur santé.

Mots-clés: Adventistes, Catholiques, Culture, Qualitative, Nourriture.

Introdução

É comum aceitar que a alimentação influencia a saúde das pessoas, fazendo jus à expressão proverbial: “nós somos aquilo que comemos”, quer dizer nós adquirimos as propriedades dos alimentos que ingerimos (Fischler 1988), espelhando, desta feita, a influência da alimentação na saúde, nomeadamente do ponto de vista do consumidor (Ares *et al.* 2015). Por outro lado, se bem que o ser humano sinta uma necessidade biológica que o impele a comer, esta mesma necessidade não define quais os alimentos a ingerir, como os combinar, preparar ou cozinhar. Efetivamente, é a cultura que cria um sistema de regras para definir o que é ou não edível (noção de alimento), bem como a ordem e composição das refeições (Sobal e Nelson 2003; Bisogni *et al.* 2007).

Entende-se por cultura um complexo e dinâmico conjunto de normas sociais, valores, crenças, padronizando os valores de uma comunidade (Shatenstein e Ghadirian 1997). Através da herança cultural, as experiências alimentares dos indivíduos são condicionadas desde a infância, sendo que as gerações mais velhas ensinam e compelem os mais novos a adotarem determinados padrões alimentares, contemplando esta designação, para além do que

é considerado alimento, a escolha dos alimentos, os métodos de preparação e confecção dos alimentos, número, composição, estrutura, tipo e horário das refeições (Almeida e Afonso 2001). No entanto, fruto dos processos da migração e mais recentemente do fenómeno da globalização, os padrões alimentares antigos não são totalmente replicados pelas gerações subsequentes, dada a influência do contacto com novas culturas (Lee, Sobal e Frongillo 2003), havendo, portanto, nesta dialética, resistências e anseios de mudança dos hábitos alimentares. De facto, o “princípio da incorporação” estende-se igualmente à identidade grupal: estudos comprovam que em determinadas minorias de comunidades de emigrantes, muito embora os processos de aculturação e de assimilação sejam uma realidade, certas práticas e pratos culinários mantêm-se na referida comunidade, mesmo que a língua materna já não seja uma referência no seio dessa comunidade (Fischler 1988), sendo que os alimentos para os quais verificamos uma maior resistência à mudança, são aqueles que identificam a própria etnia. Por exemplo, os muçulmanos provavelmente tenderão a não comer carne de porco, independentemente do local onde estejam a habitar, uma vez que é um alimento impuro para os muçulmanos (Kittler, Suchen e Nahikian-Nelms 2012). No fundo, os alimentos que identificam uma determinada etnia, uma determinada cultura, recuperam, em princípio, segurança e as boas memórias de infância, e mesmo na situação em que tenha ocorrido uma certa aculturação dos hábitos alimentares, aqueles alimentos são recuperados para dias festivos, dado que confortam as pessoas, satisfazendo a necessidade psicológica básica da familiaridade. De facto, a investigação de Ares *et al.* (2015) revela que para os cinco países em estudo (Brasil, Espanha, França, Portugal e Uruguai), as pessoas consideram que os alimentos afetam o seu bem-estar ao nível da saúde, aspetos psicológicos e relações sociais, associando os alimentos a emoções positivas, como felicidade, calma, conforto e prazer. Por outras palavras, os alimentos que ingerimos não definem apenas o que somos, mas centra o comensal numa prática culinária e no grupo que a pratica (Fischler 1988).

Neste contexto, a religião, que anseia explicar o inexplicável e assim dar um rumo com sentido à vida perante o caos, encontra-se profundamente enraizada nos valores éticos de uma dada comunidade étnica, possibilitando uma identidade e um sentido de pertença a um grupo, distinguindo-os ou não dos não crentes (Kittler, Suchen e Nahikian-Nelms 2012). Nesse sentido, a religião pode ser considerada não apenas uma relação individual com a entidade divina, o sobrenatural, mas igualmente uma manifestação na comunidade, sendo que a entidade divina está no epicentro do que une as pessoas do grupo (Fischler 1988).

Ora a alimentação encontra-se intimamente relacionada com as crenças e práticas religiosas: através da alimentação os grupos comunicam e partilham uma identidade interpretativa da sua existência, sendo que as restrições alimentares e o simbolismo associado a cada alimento são próprias de cada religião e expressam o sistema de crenças das sociedades (Shatenstein e Ghadirian 1998). Por exemplo, para os cristãos, o “pão” representa o “corpo de Cristo” e o “vinho” o “sangue de Cristo”. Quer dizer, a religião, enquanto elemento cultural, intervém na aceitação do próprio alimento (Fieldhouse 1995), definindo o que pode e não pode ser consumido, quando, onde, por quem e com que significado (Almeida 2004). Algumas restrições alimentares decorrentes de crenças religiosas são bem descritas, como a proibição do consumo de alguns tipos de carnes, de alimentos contendo sangue e a determinação de práticas de jejuns em determinadas épocas do ano. Por exemplo, a comunidade católica tem o preceito de não comer carne nas sextas-feiras da Quaresma; por sua vez, os islâmicos, adventistas do sétimo dia e judeus não comem carne de porco. Neste sentido, a identidade religiosa associa-se, muitas vezes, uma identidade alimentar.

Acresce ainda a intervenção da religião na escolha alimentar e consequentemente na saúde das pessoas, em particular dos crentes. A investigação de Salmoirago-Blotche, Fitchett, e Ockene (2010), teve como base a realização de questionários a mulheres em idade de pós-menopausa, tendo observado que existe uma adoção de hábitos de vida mais moderados (não fumar, beber de forma moderada, maior ingestão de alimentos ricos em fibras), em grupos que apresentam hábitos religiosos, muito embora não se tenha verificado diferenças a nível da prática do exercício físico. O efeito positivo da religião, é reforçado no estudo de Ayers *et al.* (2010), no qual se observou, através da realização de entrevistas telefónicas, realizadas a indivíduos do sexo feminino com ascendência coreana, residentes na Califórnia, Estados Unidos da América, que, por serem sucessivamente expostas a uma mensagem de incentivo às boas praticas de alimentação por parte do pregador, apresentavam uma menor prevalência de obesidade e menor risco cardiovascular. Esta realidade é tão mais vivenciada, se culturalmente o grupo étnico-religioso em causa apresentar normas bem definidas de comportamento e de conduta, como é o caso das comunidades adventistas, em que a alimentação assume um carácter determinante das práticas religiosas, verificando-se, por exemplo, que os adventistas apresentam uma menor prevalência de doenças cancerígenas relacionadas com o tabaco, a ingestão de álcool e do aparelho digestivo, bem como uma menor mortalidade por doenças cardiovasculares (Fraser, 1999; Orlich *et al.* 2013). No estudo

desenvolvido por Just, Heimanb e Zilberman (2007) observou-se que em judeus ortodoxos, a religião influencia primeiramente o que é aceitável, quer dizer, o que se pode ingerir, sendo que, a adesão a práticas religiosas leva a uma menor tendência para o consumo de novos alimentos e uma adequação às normas religiosas, particularmente ditadas pelo gosto da entidade paternal da família.

Face ao exposto, o presente trabalho visa explorar a influência da religião nos hábitos alimentares de duas comunidades religiosas em Cabo Verde: católica e adventista do sétimo dia.

Metodologia

A população-alvo deste estudo compreendeu os membros da comunidade católica e da comunidade adventista do sétimo dia, em Cabo Verde. Segundo o Censo 2010 (RGPH 2010), a Igreja Católica mantém-se como a religião dos cabo-verdianos, com 77,3% dos cabo-verdianos residentes com mais de 15 anos a considerarem-se católicos, seguida do Racionalismo Cristão (representando 1,9% da população residente com mais de 15 anos), da religião Islâmica (representando 1,8% da população residente com mais de 15 anos), da Igreja do Nazareno (representando 1,7% da população) e da religião Adventista (representando 1,5% da população residente com mais de 15 anos).

Na verdade, as ilhas de Cabo Verde, antigo território português, têm uma das mais elevadas percentagens de católicos de qualquer país de África (RLRM 2016). A história da Igreja Católica em Cabo Verde está ligada à história da descoberta das Ilhas de Cabo Verde. Como refere Semedo (2011), a expansão marítima levou os portugueses ao arquipélago de Cabo Verde, um conjunto de dez ilhas de parques recursos humanos, materiais e naturais. Assim, Cabo Verde nasce para o mundo no mesmo período em que se forja no Ocidente o nascimento da modernidade, e a primeira marca identificadora que recebeu do Ocidente foi a condição de nação cristianizada. Neste contexto, Madeira (2015) reforça que como herança da colonização, Cabo Verde professa a religião cristã, e a maioria da população professa a sua religião através da Igreja Católica, em harmonia com as suas crenças e valores. Com o povoamento do arquipélago de Cabo Verde, chegou também a Igreja Católica com a sua doutrina, a qual, num processo rápido, se expandiu a todo o território. Como refere Semedo (2009), a Igreja Católica encontrou em Cabo Verde uma sociedade cuja vida religiosa não

tinha outros ministros ou manifestações públicas de culto. Neste estudo, optou-se igualmente por considerar a religião adventista do sétimo dia que, não obstante ser professada apenas 1,5% da população cabo-verdiana (RGPH 2010), essencialmente por ser uma religião mundial e ter a alimentação como um dos pilares para obtenção da saúde (Salmoirago-Blotche, Fitchett e Ockene 2011).

Recorreu-se à técnica de entrevista semiestruturada a partir de um guião previamente construído composto por duas partes. Na primeira parte, procurou-se avaliar a relação do entrevistado com a religião, na segunda parte, pretendeu-se avaliar a influência da religião na saúde/bem-estar, considerando naturalmente nesta interação a influência da religião na alimentação. Inquiriram-se igualmente os entrevistados ao nível dos dados sociodemográficos, a saber: género, idade, estado civil, habilitações literárias.

As entrevistas individuais foram realizadas presencialmente, em função do local e horário preferencial dos entrevistados e decorreram, entre maio a setembro de 2019, tendo sido gravadas, de acordo com o consentimento dos entrevistados. Após a transcrição das entrevistas, procedeu-se de seguida à sua análise, baseada na divisão em categorias temáticas (Braun e Clarke 2006), tendo-se igualmente utilizado o software QSR Nvivo 12pro ®. Esta categorização pressupõe um exame profundo dos textos e teve como objetivo primordial fornecer, por condensação, uma representação simplificada dos dados brutos (Bardin 2008), que foram organizados de forma hierárquica. Assim, a unidade de registo utilizada foi o fragmento significativo correspondente a uma unidade de informação (unidade semântica). Para a definição de categorias gerais de análise, atendeu-se às características que estas deviam possuir segundo Bardin (2008): a exclusividade, a homogeneidade, a exaustividade, a adequação ou pertinência e a objetividade. Procurou-se ainda identificar tendências nas respostas em função dos quatro grupos de participantes, e avaliar se existiriam diferenças nas respostas entre os grupos participantes.

Resultados e Discussão

Entrevistaram-se 30 participantes, representando os dois grupos supracitados: 15 participantes que professam a religião Católica (identificados por: PC) e 15 participantes que são adventistas do sétimo dia (identificados por PA). Para ambos os grupos, os participantes são maioritariamente do sexo masculino (60% da amostra), casados (60% da amostra), e cerca

de 40% apresentam formação superior, embora os participantes adventistas sejam, de um modo geral, mais jovens (93% com idade inferior a 60 anos) do que os participantes católicos (60% com idade inferior a 60 anos).

Da análise dos discursos dos participantes, identificaram-se duas grandes categorias, a saber: i) Relação do participante com a religião (circunscreve a envolvimento do indivíduo para com a religião) e ii) Influência da religião na alimentação (expressa a influência da religião na rotina diária das pessoas, nomeadamente em relação à alimentação e considera o impacto da religião na saúde física e mental dos participantes). Não obstante a totalidade dos participantes terem expressado as suas opiniões, aquando do debate para estas duas grandes categorias, a categoria “Influência da religião na alimentação” foi a mais abordada pelos entrevistados, obtendo um maior número de extratos discursivos (332 referências/extratos discursivos/falas produzidas pelos entrevistados), comparativamente à categoria “Relação do participante com a religião” (89 referências); quer dizer, a participação da religião no dia-a-dia das pessoas foi o tema mais debatido pelos participantes, reforçando o imediatismo e a centralidade da alimentação na vida das pessoas (Moura e Cunha 2005).

Relação do participante com a religião

Para os adventistas, a religiosidade assume um papel relevante no seu quotidiano, existindo um maior envolvimento do indivíduo na prática religiosa, que o leva a procurar cumprir os princípios da religião que professa (Shatenstein e Ghadirian 1997). De facto, cerca de 87% dos adventistas participantes neste estudo consideraram ter uma participação ativa nas atividades da Igreja (cultos do sábado, domingo e de quarta-feira, participam em atividades de caráter missionária, atividades de caráter social); por sua vez, 67% dos católicos consideraram estar envolvidos nas atividades da Igreja (participação da missa aos domingos, catequeses, programação nas outras atividades). Na realidade, no seio da religião adventista, todos os membros são convidados a participar no ato religioso e no estudo da Bíblia, sendo isso fundamental para que o indivíduo possa ser batizado (União Portuguesa dos Adventistas do Sétimo Dia 2016). Em contrapartida, para os católicos, a maior parte dos indivíduos consideram-se católicos por tradição, existindo uma evidente diferença entre religião como tradição e religiosidade (Kim *et al.* 2008).

A reforçar a pertinência das crenças religiosas, refira-se que em relação à intervenção familiar, verifica-se que os católicos entrevistados relataram que essa influência ocorreu desde

o nascimento, uma vez que foram batizados, desde tenra idade na Igreja Católica, como é tradicional e de acordo com os sacramentos da Igreja Católica, reforçando a influência familiar na prática religiosa, como se confirma no seguinte extrato: “*Desde do meu nascimento, encontrei em casa, meus pais me levavam e hoje estou ali ainda*”, PC3 Em contrapartida, para os adventistas a origem da sua fé advém essencialmente da influência dos amigos e das outras pessoas, sendo que apenas 27% dos entrevistados deste estudo declaram ter recebido alguma influência da família para a sua formação religiosa: “*Pessoas, meus vizinhos que conhecia adventista antes de mim...*”, PA12. Tal pode dever-se ao facto desta religião ser bastante jovem em Cabo Verde. De facto, a história da Igreja Adventista em Cabo Verde está ligada à história dos emigrantes. O fenómeno emigratório começou precisamente no séc. XVIII, quando os cabo-verdianos começaram a embarcar e trabalhar para os baleiros norte-americanos. É das terras da América que chega a Cabo Verde um emigrante natural da Ilha Brava, aonde se dirige, trazendo consigo as sementes do adventismo. O senhor António Gomes chegou à Brava entre outubro e novembro de 1933. Permanece na Ilha Brava durante sete meses, acabando por lançar as sementes do evangelho. Vai estabelecer-se na zona de N^a Sr.^a do Monte, onde curiosamente nasce a primeira igreja da região, co-financiada pelo próprio António Gomes. Daí expande-se para o resto do território. Hoje está presente em todas as nove ilhas habitadas no arquipélago (Monteiro 2012). Os primeiros batismos adventistas realizados na Ilha e no país, realizaram-se, em 1936. De acordo com esses dados podemos ver que a doutrina dos adventistas em Cabo Verde é bastante nova para ter raízes vinda de famílias, no entanto essas influências surgem através de pessoas para além do círculo familiar. De igual modo, Castañeda-Seijas (2012) realizou um estudo sobre as histórias de conversão à Igreja Adventista em Tapilula, Chiapas, México, concluindo que as influências dos amigos e dos familiares desempenha um papel significativo na tomada de decisões e na permanência dentro do grupo religioso e esses parentes (amigos e familiares) relacionados oferecem uma estrutura de esperança, de segurança, confiança e transformação.

Influência da religião na alimentação

Nessa continuidade, os participantes adventistas referiram que pelo facto de serem adventistas procuram ter hábitos mais saudáveis, quer ao nível alimentar quer ao nível de saúde e bem-estar, como fica evidenciado nos seguintes extratos discursivos:

Tem sim senhor. Claro que sim. Bom eu digo dificilmente eu vou para hospital e depois que conheço lei de saúde tem muitas coisas que já eliminei do meu cardápio. Por exemplo uma vez não comia a comida sem carne de porcos, mas agora não preciso de nada faço uma feijoada basta já tem legumes não precisa de mais nada só estar pronto vou comer. Peixe frito não uso várias coisas que uma vez comia tipo sumo de pacote, sumo refrigerante que uma vez usava, mas agora nenhum desse eu uso agora. Acredito a minha saúde está ainda melhor do que antes., PA3.

Sempre temos vantagens, porque olhamos que os alimentos mais nutritivo caso de feijões, legumes verduras hortaliças, mesmo na igreja aconselhamos muitos exercícios, normalmente tudo isso favorece a nossa saúde e bem-estar., PA15.

Por outras palavras, existe uma interiorização dos fundamentos e obrigações religiosas nos comportamentos diários dos participantes adventistas, promovendo alterações no seu estilo de vida, contrapondo com a ausência de obrigações dos comportamentos dos católicos (Mullen, Williams e Hunt 2000): por fundamento religioso, não é impedido ao católico de fumar, de beber bebidas alcoólicas (Kittler, Suchen e Nahikian-Nelms 2012), podendo estes comportamentos serem considerados pelos católicos como inadequados para a saúde humana por razões de cariz científico, mas não de cariz religioso: *“Não sei se de fato temos um padrão alimentar o que acontece uma vez no ano, não sei se, ..., nada de benéfico para a saúde, uma vez no ano, isso é coisa que se deve fazer sempre não uma vez por ano.”*, PC3. Os adventistas, são referidos em diversos estudos, realizados maioritariamente na comunidade existente nos Estados Unidos, na Califórnia, como procurando ter um estilo de vida mais saudável, com uma alimentação maioritariamente vegetariana, sem ingestão de bebidas alcoólicas, café, uma vez que são estimulados no seio da comunidade, para que possam viver uma melhor espiritualidade (Sabaté 2003; Williams e Sternthal 2007). Verifica-se que a comunidade adventista apresenta uma menor percentagem de tumores do colon, pulmão, pâncreas, e uma menor incidência de doenças cardiovasculares, menores níveis de stress e uma maior longevidade (Fraser 1999; McCullough 2000; Sabaté 2003; Singh, Sabaté e Fraser 2003). Para os participantes católicos, esse debate apenas foi referido por cinco entrevistados, sendo que a maioria não referiu qualquer benefício da prática alimentar, de acordo com a sua religião, certamente porque não existe uma “prática alimentar católica” (não existem alimentos proibidos, por exemplo). Este resultado, contrasta em parte com o obtido no trabalho de Leitão (2016), em que para os católicos portugueses entrevistados, a religião que professam influencia o seu bem-estar.

Particularizando, em relação aos principais critérios utilizados pelos participantes aquando da escolha alimentar, para a quase totalidade dos adventistas entrevistados (com exceção de um participante) a religião é o fator que mais interfere nas suas escolhas

alimentares, no que diz respeito ao que se compra e ao que se consome, como se evidencia nos seguintes extratos discursivos: “*Tem sim senhor. Quando que não era adventista eu comia todas as coisas, mas quando conheci a religião tem algumas coisas que comecei a retirar que não é saudável.*”, PA2. “*Pronto na regra alimentar, lei de saúde recomenda que devemos comer o que é bom, como por exemplo feijão congo, verduras, o que deve se usar, mas não exagerados também, porque exagerados de mais também faz mal.*”, PA11. A reforçar o seguimento das leis religiosas sobre a alimentação por parte dos adventistas, saliente-se ainda que os nossos participantes adventistas terem referido que a religião interfere igualmente no modo de preparação dos alimentos, no sentido de confeccionarem alimentos de um modo saudável, reforçando a mensagem que para os adventistas a prática de uma alimentação saudável está consagrada na Bíblia: “*... sigo sim ...se eu souber confeccionar a minha alimentação preparando segundo princípios eu tenho saúde, mas se eu não preparar em conformidade com os princípios essa comida não vai servir para como nutriente.*”, PA10.

Em contrapartida, os católicos que participaram nesta investigação não transmitiram qualquer limitação ou restrição alimentar fruto da religião que professam, dado haver essa liberdade no consumo de alimentos, sendo que os católicos deste estudo apontaram como principal critério de escolha alimentar, as suas preferências alimentares, seguido do critério saúde: “*Não, religião não interferei nas minhas compras, porque eu como todas as coisas por isso compro o que quero comer.*”, PC3; “*... eu comia tudo, mas depois da minha doença que fui evacuado para Portugal, médico me disse para não comer carne vermelho de porco e nem de vaca.*”, PC6. Estes resultados vão ao encontro do trabalho desenvolvido por Cabral *et al.* (2019), tendo em conta que da aplicação do *Food Choice Questionnaire* (Steeptoe *et al.* 1995), à população cabo-verdiana, obtém-se que o bem-estar seguido do critério sabor (aliado às preferências alimentares) assumem-se como os principais critérios de escolha alimentar. De facto, para os católicos presentes nesta investigação, a religião interfere na alimentação pontualmente em determinados momentos do ano, relacionados com determinados momentos litúrgicos, com particular destaque para a Quaresma e a Quarta-feira de Cinzas, dado nestas épocas serem propostas restrições alimentares aos católicos: “*Só na época da pascoa. Porque é a época de Quaresma, principalmente carne de porco. Na nossa igreja já na época de Quaresma não comemos carne de porco.*”, PC8.

Quer dizer, de acordo com os relatos dos nossos participantes adventistas, o critério alimentação saudável intervém nas suas escolhas alimentares de um modo continuado dado

que essas mesmas escolhas alimentares imbricam na religião que professam; neste caso, a alimentação está intimamente associada a crenças e práticas religiosas, sob a forma de regras, restrições ou proibições, conferindo aos crentes um sentido de identidade (Krause e Wulff 2005). Para os católicos, mais do que religiosidade na alimentação existe uma forte componente social, cultural/tradicional, que os faz optar por determinados alimentos (Krause e Wulff 2005).

Como limitações deste trabalho identifica-se o facto do mesmo ser de cariz exploratório, não podendo, portanto, os seus resultados serem extrapolados para a população de católicos e adventistas a residirem em Cabo Verde.

Conclusão

As práticas dos participantes adventistas, nomeadamente as práticas alimentares são influenciadas pelas suas crenças religiosas, sendo a alimentação uma revelação da sua própria religiosidade. Em contrapartida, para os católicos que participaram neste estudo, a religião não condiciona o seu dia-a-dia, em particular no que diz respeito à alimentação, dado não estarem associadas restrições alimentares.

Referências bibliográficas

ALMEIDA, M.D.V. 2004. “Nós Comemos aquilo que Somos: Uma Abordagem aos Determinantes do Consumo Alimentar.” *Alimentação Humana* 10(2): 99-105.

ARES, G. SALDAMANDO, L., CLARET, A., CUNHA, L. M., GUERREIRO, L., MOURA, A.P., OLIVEIRA, D., SYMONEAUX, D. e DELIZA, R. 2015. “Consumers’ Associations with Wellbeing in a Food-Related Context: A Cross-Cultural Study.” *Food Quality and Preference*. 40: 304-315.

AYERS, J., IRVIN, V.L., PARK, H., HOVELL, F., HOFSTETTER, R., SONG, Y. e PAIK, H. 2010. “Can Religion Help Prevent Obesity? Religious Messages and the Prevalence of Being Overweight or Obese Among Korean Women in California.” *Journal of Scientific Study of Religion*. 49(3): 536-554.

Bardin, L. 2008. *Análise de Conteúdo*. Lisboa, Portugal: Edições 70.

- BISOONI, C., FALK, L.W., MADORE, E., CHRISTINE, E.B., JASTRAN, M., SOBAL, J. e DEVINE, C.M. 2007. “Dimensions of Everyday Eating and Drinking Episodes.” *Appetite*. 48: 218-231.
- BRAUN V. e CLARKE V. 2006. “Using Thematic Analysis in Psychology.” *Qualitative Research in Psychology*. 3: 77–101.
- CABRAL, D., de ALMEIDA, M. D. V. e CUNHA, L. M. 2017. Food Choice Questionnaire in an African Country—Application and Validation in Cape Verde. *Food Quality and Preference*. 62: 90-95.
- CASTAÑEDA-SEIJAS, M.Y. 2012. “Experiência de Ser Otro: La Conversión de Las Identidades en la Iglesia Adventista.” *Liminar*. 10(2): 106-121.
- FIEDLHOUSE P. 1995. *Food and Nutrition: Customs and Culture*. Estados Unidos da América: Chapman Hall, 2ª ed.
- FISCHLER, C. 1988. “Food, Self and Identity.” *Social Science Information*. 27: 275-293.
- FRASER, G. E. 1999. “Associations Between Diet and Cancer, Ischemic Heart Disease, and All-Cause Mortality in Non-Hispanic White California Seventh-Day Adventists.” *American Journal of Clinical Nutrition*. 70: 532-538.
- JUST, D., HEIMANB, A. e ZILBERMAN, D. 2007. “The Interaction of Religion and Family Member Influence on Food Decisions.” *Food Quality and Preference*. 28: 786-794.
- KIM, H.C., MCINTOSH, A., KUBENA, K. e Sobal, J. 2008. “Religion, Social Support, Food-Related Social Support, Diet, Nutrition, and Anthropometrics in Older Adults.” *Ecology of Food and Nutrition*. 47(3): 205-228.
- KITTLER, P., SUCHEN, K. e Nahikian-Nelms, M. 2012. *Food and Culture*. Estados Unidos da América: Cengage Learning, 6ª ed.
- KRAUSE, N. e WULFF, K. 2005. “Church-based Social Ties, a Sense of Belonging in a Congregation, and Physical Health Status.” *The International Journal for the Psychology of Religion*. 15(1): 73-93.
- LEE, S.K., SOBAL, J., FRONGILLO e E.A. 2003. “Comparison of Models of Acculturation.” *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 34(3): 282-96.
- LEITÃO, E.J.C., 2016. “A Influência da Religião na Alimentação: Estudo Exploratório.” Dissertação de Mestrado, Universidade Aberta.
- MADEIRA, J.P.C.B., 2015. “Nação e Identidade: A Singularidade de Cabo Verde.” Tese de Doutorado, Instituto Superior de Ciência Sociais e Políticas Universidade de Lisboa.

MCCULLOUGH, M.E. 2000. “Religious Involvement and Mortality: A Meta-Analytic Review.” *Health Psychology*. 19: 211-222.

MONTEIRO, K. M. 2012. *O Que Dizer dos Adventista em Cabo Verde? Praia, Cabo Verde*.

MOURA, A. P. e CUNHA, L. M. 2005. “Why Consumers Eat What They Do: An Approach to Improve Nutrition Education and Promote Healthy Eating”. In *Taking Responsibility*, editado por D. Doyle, 144-156. Noruega: Forfatterne.

MULLEN, K., WILLIAMS, R. e HUNT, K. 2000. “Irish Descent, Religion, and Food Consumption in The West of Scotland.” *Appetite*. 34: 47-54.

ORLICH, M. J., SINGH, P. N., SABATÉ, J., JACELDO-SIEGL, K., FAN, J., KNUTSEN, S., BEESON, W. L. e FRASER, G. E. 2013. “Vegetarian Dietary Patterns and Mortality in Adventist Health Study 2.” *JAMA Internal Medicine*. 173(13): 1230-1238.

RGPH. 2010. Cabo Verde em Números, <http://ine.cv/quadros/rgph-2010-cabo-verde-em-numeros/>.

RLRM. 2016. Cabo Verde, <https://acn.org.br/wp-content/uploads/attachments/RLRM-2016-CaboVerde.pdf>.

SABATÉ, J. 2003. “The Contribution of Vegetarian Diets to Health and Disease: A Paradigm Shift?” *American Journal of Clinical Nutrition*. 78: 502s-507s.

SALMOIRAGO-BLOTCHER, E., FITCHETT, G. e OCKENE, J. 2010. “Religion and Healthy Lifestyle Behaviors Among Postmenopausal Women: The Women’s Health Initiative.” *Journal of Behaviour Medicine*. 34: 360-371.

SEMEDO, A.F.C. 2009. *A Influencia da Religião Católica na Reprodução da Dominação Masculina em Cabo Verde, Porto, Portugal*. Centro de Estudos Africanos da Universidade do Porto.

SEMEDO, A. 2011. “Pode-se Falar da Secularização em Cabo Verde Antes da Independência Nacional? A diferenciação Funcional do Religioso e do Político no Período Colonial (1462-1975).” *E-cadernos CES*. 13: 64-82.

SHATENSTEIN, B. e GHADIRIAN, P. 1997. “Influences on Diet, Health Behaviours and Their Outcome in Select Ethnocultural and Religious Groups.” *Nutrition*. 14(2): 223-230.

SINGH, PN., SABATÉ, J. e FRASER, G. 2003. “Does Low Meat Consumption Increase Life Expectancy in Humans?” *American Journal of Clinical Nutrition*. 78: 526s-532s.

SOBAL, J. e NELSON, M. 2003. “Commensal Eating Patterns: A Community Study.” *Appetite*. 41: 181-190.

STEPTOE, A., POLLARD, T. M. e WARDLE, J. 1995. “Development of a Measure of the Motives Underlying the Selection of Food: The Food Choice Questionnaire.” *Appetite*. 25(3): 267–284.

UNIÃO PORTUGUESA DOS ADVENTISTAS DO SÉTIMO DIA, “A nossa história”. Disponível em <http://www.Adventistas.org.pt/quem-somos/a-nossa-historia#history-5>.

WILLIAMS, D. e STERNTHAL, M. 2007. “Spirituality, Religion and Health: Evidence and Research Directions.” *Medical Journal of Australia*. 186: 47–50.